

実践現場に向けた雑誌を目指して

下川美佳
鹿屋体育大学

I. はじめに

著者はこれまで 35 年間剣道に携わってきた。幼少より剣道を始め現在に至るまで競技者として、そして、鹿屋体育大学に着任してからは指導者として競技力向上に重点を置き取り組んできた。一方で、大学教員には研究の責務がある。専門競技である剣道の競技力向上について日々試行錯誤することも1つの研究と考えるが、その成果を公表することが求められる。

そこで、スポーツの実践現場と研究現場が両輪である著者が考える「剣道の実践現場に必要な情報」について研究例を挙げ私見を述べたい。

II. 剣道における踏み込み動作の修正が右足踵部痛を緩和させた事例

以下に表記論文の概要を示す。

『本研究は、踏み込み動作の修正により右足踵部痛を改善した剣道競技者(S 競技者)の取り組み事例について報告した。具体的には剣道競技者における、足裏全体踏み込みの習得過程と右足踵部痛改善前後の動作について比較し、踏み込み動作の修正により右足踵部痛を改善した事例の提示を目的とした。S 競技者は、踵踏み込みを「つま先踏み込み」や「足裏全体踏み込み」に修正し、右足踵部痛を緩和させた。この右足踵部痛の緩和は、「体の重心を低くし右足指を丸める意識をした」ことで、踵に受ける衝撃が変わり、衝撃力や足底力を低下させたものと推察された。さらに、「足指を広げて踏む意識」をしたことにより、踵に受ける衝撃を足裏全体に分散したとも考えられる。以上のことから、踏み込み動作を「体の重心を低くし右足指を丸める意識」と「足指を広げて踏む意識」で修正することで、右足踵部痛は緩和する可能性が示唆された。』

[下川ほか(2019)より概要および図を抜粋]



この調査は剣道の右足踵部痛の改善前後の踏み込み動作とその意識に焦点を当てた研究であり、踏み込み動作に課題を抱える競技者やその様な競技者を指導する者に対する技術修正が提案されている。一方で、実際に踵部に受ける衝撃が変わったかや、分散したかなどの詳細な数値は明らかにされていない。また、記述には可能な限り客観性を担保することを前提としているものの、対象者や著者らの主観的な情報

とも言え、研究としては根拠に乏しいと判断される可能性もある。しかし、右足踵部痛を緩和させた事実と緩和に至った動作の過程を競技者や指導者が実践現場で普段耳にする用語で説明されているため、研究の専門的な知識を持っていなくても競技経験があれば容易に解釈でき得る内容であると考えられる。それゆえ、調査の対象者と同じ様に右足踵部の痛みに悩んでいる競技者やその競技者を指導する者には活用しやすい情報ではなかろうか。

III. 競技者(指導者)の視点で研究課題を設定する際の問題点

試合に勝つことだけが剣道をする目的ではないが、著者は剣道を始めた当初より現在に至るまで試合において「勝つこと」を主な目標としてきた。そして、この目標を達成するため、一流のアスリートや指導者の著書、あるいは彼らが取材され語ったことを掲載した雑誌を活用し実績を得てきた。一方で、研究論文をこの目標達成のために活用する機会は少なかった。それは著者に研究論文を読みそのデータの意味を理解して、自身の競技に役立てる、変換する能力が足りなかったからと自省している。しかし、著者のように研究論文とは難解なものと考え、触れる機会すら持たない競技者は少なくないだろう。

一流剣道競技者である竹中(2020)は、強い選手と弱い選手の「違い」が知りたいわけではなく、「強くなった理由」、「実践知」を求めると述べている。さらに、横断的な検証によって明らかになった「違い」には納得させられても現場で必要な情報とは異なることを指摘する。このことから、競技者はその「違い」が自身の競技における「勝ち」に繋がるのではなく、「どのようにしたら強い選手、勝つ選手になれるのか」、「どうしてその選手が勝っているのか」などの自身の競技力が向上する直接的な情報を欲していると考えられる。あるいは、横断的な検証によって明らかになった「違い」から競技力の向上に踏み込んだ議論を期待しているものと推察される。ゆえに、実践現場の目線で研究課題を設定することが重要であり、実践現場で直接活用でき得るカタチで知見を提示することが必要である。

したがって、実践者でもあり研究者でもある著者には、研究論文とは難解なものとして捉える競技者(指導者)に対して、競技者の目線にたった身近な課題を解決し、競技者の欲するカタチに踏み込んだ情報を提供することが責務と捉えている。

IV. まとめ

以上、スポーツの実践現場と研究現場が両輪である著者が考える「剣道の実践現場に必要な情報」について研究例を挙げ私見を述べてみた。本誌には実践現場において選手、コーチ、指導者がそのまま活用でき得る研究課題の設定や知見の提示を期待したい。また、研究者の論文投稿の手段としてよりも、実践者の競技力向上を促す知見として、本誌が活用されることを望む。

文献

- ・ 下川美佳, 金高宏文, 竹中健太郎, 近藤亮介, 濱中 良, 前田 明(2019) 剣道における踏み込み動作の修正が右足踵部痛を緩和させた事例. スポーツパフォーマンス研究. 11:pp413-424.
- ・ 竹中健太郎(2020)現場から求められるスポーツパフォーマンス研究. スポーツパフォーマンス研究. Editorial 2020:pp13-17.